

# Pressemitteilung

Betriebliches Gesundheitsmanagement im Klinikum Nürnberg

## Präventionsprojekt für Azubis am Centrum

### für Pflegeberufe geht in die zweite Runde

6. April 2023

Das sind Zahlen aus dem Pflegereport der Bertelsmann Stiftung: Bis 2030 steigt der Pflegebedarf in Deutschland um 50 Prozent, gleichzeitig nimmt die Zahl der Pflegefachkräfte weiter ab. Wenn sich der Trend nicht umkehrt, fehlen in der Pflege bald bis zu 500.000 Vollzeitkräfte. Höchste Zeit, den Beruf attraktiv zu machen und für ein gutes Umfeld zu sorgen – am besten schon in der Ausbildung. Das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) des Klinikums Nürnberg setzt in Zusammenarbeit mit der Siemens-Betriebskrankenkasse unter anderem auf ein spezielles Präventionsprojekt an der Pflegefachschule.

„Wir möchten die Arbeitsbedingungen für unseren Nachwuchs schon in der Ausbildung so attraktiv wie möglich gestalten“, sagt Dr. Julia Simon, Leiterin des Centrums für Pflegeberufe (cfp) am Klinikum Nürnberg. „Die Förderung der Gesundheit ist dabei ein wichtiger Baustein für die Auszubildenden und hilft, Fachpersonal langfristig zu binden.“ Denn auch das belegen Studien: Viele Pflegeschüler\*innen schätzen ihren Gesundheitszustand schlecht ein und klagen unter anderem über Rückenschmerzen, Schlafstörungen und eine erhöhte Reizbarkeit – was dazu führen kann, dass der eine oder andere dem Beruf noch vor dem ersten Arbeitstag den Rücken kehrt.

#### Aktionstage zur Förderung der Gesundheit mit fachkundiger Anleitung

Nach dem erfolgreichen Pilotprojekt im Jahr 2022 setzt das Betriebliche Gesundheitsmanagement am Klinikum Nürnberg unter Leitung von Juliane Wojciech auch 2023 und 2024 wieder auf Präventionsangebote speziell für die Pflegeschülerinnen und -schüler am cfp. Konkret sind über das Jahr verteilt Aktionstage in den verschiedenen Schulklassen angesetzt. Hier können sich die Azubis mit den für sie wichtigen Themen auseinandersetzen – unter fachkundiger Anleitung des Trainerteams der ProVita GmbH. Diese Gesellschaft für Gesundheitsförderung ist ebenso Projektpartner des Klinikums Nürnberg wie die Siemens-Betriebskrankenkasse, die das Projekt mit ins Leben gerufen hat. „Wir haben im Vorfeld gemeinsam mit der Pflegefachschule sowie unseren Projektpartnern ermittelt, wo konkreter Handlungsbedarf besteht“, erklärt Wojciech. „Herausgekommen sind drei Themenfelder: Stressmanagement und Entspannung, Bewegung und

Ergonomie sowie Ernährung.“ Welches Thema die Schülerinnen und Schüler an ihrem Aktionstag konkret angehen wollen, das bestimmen sie dabei selbst.

### Übungen mit hohem Praxisbezug

So hat sich die Klasse S 20 III zum Auftakt das Thema Ernährung ausgesucht, während die Klasse S 20 IV sich für den Bereich Bewegung und Ergonomie entschieden hatte. „Wir suchen bewusst Übungen aus, die von den Schülerinnen und Schülern ganz einfach in den Alltag integriert werden können. Dehnübungen für zwischendurch zum Beispiel“, erklärt ProVita-Trainerin Silvi Schlötzer. Gleiches gilt für den Themenblock Ernährung: Der Praxisbezug steht auch hier im Mittelpunkt. „In unseren Ernährungsanleitungen zeigen wir den Azubis, wie sie ruckzuck gesunde Zwischensnacks wie Smoothies oder Energiekugeln herstellen, die für die nötige Power im Arbeitsalltag sorgen“, so Schlötzer. Theorieunterricht gehört natürlich auch zum Programm. „Ziel unseres Ernährungsworkshops ist es unter anderem, dass die Azubis gesunde und simple Snacks kennenlernen. Gerade die Schichtarbeit stellt eine Herausforderung dar, ausgewogen zu essen. Wir wollen zeigen: Etwas Süßes und Leckeres für zwischendurch kann auch gesund sein, es gibt mehr als Schokoriegel und Gummibärchen.“

Dieser Ansatz deckt sich mit der Firmenphilosophie der Siemens-Betriebskrankenkasse. „Die Förderung der Gesundheit in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen und speziell in einem systemrelevanten Bereich wie der Pflege ist von elementarer Bedeutung“, freut sich Jonas Nienaber, der das Projekt in Nürnberg begleitet. „Ich hoffe, dass das Nürnberger Modell Schule macht und auch andere Krankenhäuser und Pflegeeinrichtungen animiert, schon in der Ausbildung mit gesundheitsfördernden Maßnahmen zu starten.“

**Foto:** ProVita-Trainerin Silvi Schlötzer zeigt den Schülerinnen und Schülern vom cfp Nürnberg, wie man gesunde Snacks für zwischendurch zubereitet.

**Quelle:** Giulia Iannicelli, Klinikum Nürnberg

Das **Klinikum Nürnberg** ist eines der größten kommunalen Krankenhäuser in Deutschland und bietet das gesamte Leistungsspektrum der Maximalversorgung an. Mit 2.233 Betten an zwei Standorten (Klinikum Nord und Klinikum Süd) und 8.400 Beschäftigten versorgt es knapp 100.000 stationäre und 170.000 ambulante Patienten im Jahr. Zum Klinikverbund gehören zwei weitere Krankenhäuser im Landkreis Nürnberger Land.

Die **Paracelsus Medizinische Privatuniversität in Nürnberg** wurde 2014 gegründet und ist zweiter Standort der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität in Salzburg. In Nürnberg werden jährlich 50 Medizinstudierende ausgebildet. Das Curriculum orientiert sich eng an der Ausbildung der amerikanischen Mayo-Medical School. Die Paracelsus Medizinische Privatuniversität kooperiert zudem mit weiteren wissenschaftlichen Einrichtungen im In- und Ausland.